

## 主任的話: 不要自困，再選擇快樂 09/05/2021

若有人問：「那一段日子是一生最快樂的？」很多人也說是小時候，因為那時生活簡單，沒有什麼很大的壓力，天地也是由大人拱起來。但我發覺很少人會說「老了，就快樂。」為什麼呢？其實退休後的生活也是很簡單的，再不用在生活上有什麼爭競或爭鬥，每天清閑地、自由地，過生活。生活的模式應該與小時候也差不多，只是加上了腰酸骨痛，但頭腦還是十分清醒，壞人想欺騙長輩一毛錢也是難的。(只要不貪，很難被騙！)

不過我想長輩和小孩最大的分別，就是後者會千方百計想出一些小玩意，去娛己娛人。他們能把手中的一根爛樹枝變成玩具，讓自己樂半天。但長輩卻不同，不知從什麼時候開始，失去了那一份尋找快樂的動力，失去了在群體中享受生活的歡愉。每天只把所有的精力放在預備早午晚三餐，其他時間卻只無奈地看電視、看報紙和做運動。

其實，不管你是老是少，也應該為自己建立健康的嗜好。我有一個朋友，上網學習畫畫，他由最初的三不像畫功，到現在已經栩栩如生了，他的目標就是把作品賣作慈善用途。我們教會的李太和湯先生，也在練習二胡，將要為我們奏出美妙聖詩。馬先生，常常練習書法，寫得一手好字。Herman 最愛種植小盆栽和養魚，每天也樂透了。梁志光更不用說了，整個後花園就是他和 Bonnie 的天地，打太極，養魚賞花，悅目怡神。

讓我們靜下來思想：在疫情中，我們不是被空間困住，卻是被自己的心靈困住。空間不能困住我們內心的廣闊的世界，一個懂得珍惜和欣賞每天的人，才會去投入人生，善用生命。一個本身不懂得感恩的人，就算沒有疫情，也不見得快樂。心態勝於環境，不要再自困了，大家努力吧！